

Mon livret bilan

PÉRIODE



**Tout ce que j'ai besoin de savoir
sur moi-même pour avancer**



www.audereco.com

Mon livret bilan

C'est parti pour un bilan complet des derniers mois écoulés !

Choisis une période, prends ton plus beau stylo (et ton plus beau carnet si tu ne peux pas imprimer ce livret) et lance-toi. N'aie pas peur de ton constat ni de tes doutes ; c'est normal de douter, surtout quand on crée du contenu, quel qu'il soit.

Dégage-toi plusieurs heures (mieux vaut trop que pas assez), installe-toi, seul·e, dans un endroit calme et, surtout, ne te juge pas.

Ne te focalise pas sur le négatif, mais ne l'ignore pas non plus. Remonte ces derniers mois pour en tirer le meilleur et poser sereinement les bases de ta réflexion, avec le recul nécessaire

Crois en toi !



Mon livret bilan



JE ME POSE LES BONNES QUESTIONS



J'ai pris au moins une bonne habitude



J'ai rayé au moins une mauvaise habitude



J'ai finalisé un projet



J'ai bien avancé un projet



JE REVIENS SUR LE POSITIF



JE REVIENS SUR LE NÉGATIF



Mon livret bilan



JE ME POSE LES BONNES QUESTIONS

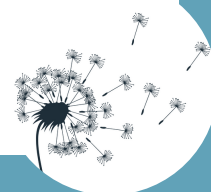
- Ai-je tenu mes objectifs ? Lesquels ? Étaient-ils les plus importants à mes yeux ?
- Qu'est-ce qui a contribué à les atteindre ? (Ou à ne pas les atteindre ?)
- Qu'ai-je accompli ces derniers mois ?
- Y a-t-il quelque chose que j'aurais aimé faire différemment ? De quoi s'agit-il ? Pourquoi ?
- Ai-je pris de bonnes habitudes ? M'ont-elles donné la satisfaction attendue ? Pourquoi ?
- Quelles mauvaises habitudes ai-je rayées de ma vie ? Pourquoi les estimais-je mauvaises ? Comment les perdre a-t-il impacté positivement mon quotidien ?
- Quelles activités m'ont pris trop de temps et devrais-je envisager de les arrêter ?
- Quelles activités ai-je mises de côté par manque de temps ?
- Suis-je satisfait·e de ma période écoulée ? Si non, pourquoi ?



Mon livret bilan



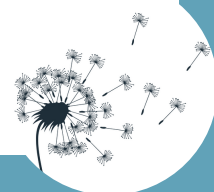
JE RÉPONDS AUX QUESTIONS



Mon livret bilan



JE RÉPONDS AUX QUESTIONS



Mon livret bilan



**JE NOTE TOUTES LES REMARQUES QUI ME
PARAISSENT IMPORTANTES**

